

LES FOULEES DE ST GILLES , SEMI D'ARMOR TREGUEUX ET MARATHON DE PARIS

IL RESTE UN MOIS AVANT DE MONTER A LA CAPITALE!!! DONC EN CE MOMENT PARCE BEAU TEMPS DE FIN D'HIVER , NOUS AVIONS DANS CE CADRE 2 SEMI-MARATHON OU NOUS ETIONS DONC PAS MAL A PARTICIPER AUSSI BIEN DANS LES COURSES QUE SUR LE BORD DE LA ROUTE .

RIEN DE TRANCENDANT DANS UN SEMI MIS A PART UNE REGULARITE QU'IL FAUT ESSAYER DE TENIR , POUR ETRE PRET LE 8 AVRIL POUR LA MARATHON DE PARIS .

LES FOULEES DE ST GILLES : 741 coureurs

- 260 ème jean-luc pécheux en 1h42'09"
- 712 ème philippe thébault en 2h14'07"
- 731 ème françoise pécheux en 2h22'42"



NOS ATHLETES EN

PLEINE PREPA POUR PARIS ☐

SEMI-D'ARMOR A TREGUEUX AVEC 259 COUREURS

Le Semi d'Armor (départ 9h15) est un semi-marathon (21,1kms) entre ville et campagne trégueusienne.

idéale pour la préparation des marathons printemps, sur 2 boucles de 10,5kms, sans grande difficulté, attention, toutefois, aux premiers kilomètres, car il ne faut pas partir trop rapidement pour bien finir !!.bravo au gagnant de dimanche car il a aussi gagné samedi à st gilles !!

Nous étions bien représenté dimanche dernier sur ce semi qui comportait une boucle de 10 bornes à faire 2 fois .belle organisation devant endurance shop .

- 42 ème j-f valo en 1h27'47"
- 66 ème erwan hellio en 1h32'27"
- 95 ème j-michel urvoy en 1h37'30"
- 186 ème véronique valo en 1h53'51"
- 190ème sophie hinault en 1h54'51"
- 211 ème coralie chevalier en 1h58'01"
- 223 ème élodie labat en 1h59'18"
- 229 ème catherine hascoet en 2h01'55"
- 233 ème séverine hellio en 2h03'42"
- 234 ème isabelle revel en 2h03'42"
- 256ème fabienne le-goff en 2h24'55"

Un petit clin d'oeil à prisca qui nous a fait une belle perf aussi . merci à patrick ,azilis , francky, jean-luc et françoise ,philippe qui étaient la à nous encourager ,et bien sur tout ça s'est fini autour d'un demi !!!! dans la bonne humeur comme d'ab .



Et aussi nous avons le trail de pordic avec un 25 bornes et 87 coureurs ou **AURELIE BRIAND** était présente et a fait une 65 ème place en 2h57' :BRAVO AURELIE

TOURNOI DE POING PONG SAMEDI 10 MARS

SAMEDI DERNIER 10 MARS AVAIT LIEU UN TOURNOI INTERNE PING PONG T3TEAM OUVERT A TOUS , LE MATIN POUR LES ENFANTS ET APRES MIDI ADULTES .CHACUN EST REPARTI AVEC UN LOT AVEC UNE PETITE PARTICIPATION EN INSCRITS MAIS AVEC UNE BELLE AMBIANCE . A

REFAIRE

MARCHE T3TEAM , TRAIL ST DONNAN ET DU PAIN CHAUD

LE VENDREDI 23 FEVRIER A EU LIEU UNE MARCHE NOCTURNE QUE POUR LES MEMBRES T3TEAM , UNE SORTIE DONC DANS LES SENTIERS ENVIRONNEMENTS PAR UN LEGER FROID DE CANARD QUI S'EST BIEN EMPIRE DEPUISA L'ISSUE DE CELLE-CI LA SOIREE S'EST ACHEVEE AUTOUR D'UN VERRE ET DU PETIT CASSE-CROUTE QUI VA BIEN .



TRAIL DE ST DONNAN :

SUR CE TRAIL QUI APPAREMENT ETAIT ASSEZ CHAUD AU NIVEAU BOUILLON !! EN MEME TEMPS CETTE ANNEE ON EST BIEN SERVI DE CE COTE LA .

SUR LE 22 BORNES AVEC 124 COUREURS PAS GRAND MONDE MISE A PART **CHRISTELLE VETIL** FINIE 95ème en 2h24 .bravo christèle .



4

TRAIL DU PAIN CHAUD :

UNE BELLE ORGANISATION POUR CE TRAIL NOCTURNE AVEC UNE BELLE PARTICIPATION AUSSI .UN BON NOMBRE DE COURSES POUR PETITS ET GRANDS .AUSSI UN CANICROSS ET UN 9 BORNES OU C'EST TOUJOURS CHAUD AVANT LE DEPART OU L'ON ENTEND MEME PLUS LE SPEAKER , VU COMMENT LES CHIENS GUEULENT VOIR SE FRITENT ENTRE EUX !! .

SINON SUR LE TRAIL EN FAIT UNE BOUCLE DE 9 BORNES ET DONC UN 9KM ET UN 18 KM EN COURSES .UN PARCOURS TRES RAPIDE CAR DEJA ON PART SUR UNE DESCENTE EN ROUTE .ensuite des portions assez longues en montées régulières avec bouillon plus ou moins important .un trail de nuit assez technique par endroit malgré tout ,mais rien de méchant .donc en gros un bon trail .en plus à l'arrivée une bonne soupe mais avec un froid de canard aussi .

sur le 9 bornes :343 coureurs

- 85 ème sébastien hermage en 51'03"
- 143 ème christophe hermage en 57'11"

sur le 18 bornes: 126 coureurs

- 31 ème en 1h34'17"
 - 92 ème aurélie briand en 1h55'22"
 -
-

Et pendant ce temps les filles s'entraînent pour le marathon de paris qui est presque dans un mois !!!!! . Nous avons aussi une randonnée vélo route :LA PLAINTEL-PLAINTEL ,avec franck noirot et alexandre valo qui sont allés "se les cailler" sur leur vélo route !!!





BRAVO A TOUS

LA PRENESSAYE , LE GLAZIG

VOILA , dimanche dernier nous avons le choix entre rester au lit , courir à plourhan pour le glazig et la grande première de l'année du trail avec la présence de tout le gratin breton et la première course de L'O.T.T,ou aller aussi à la prenessaye pour un trail plus familiale .

Les filles pendant ce temps préparent dans leur coin le marathon de paris , car mine de rien ça approche......\$\$\$!!!!!!
□ □

LA PRENESSAYE : avec le preness'trail

Dimanche, l'Avenir sportif (ASLP) et Sport et loisirs organisaient conjointement la deuxième édition du trail. 52

participants de plus de 18 ans ont pris le départ pour le 15,500 km et 75 coureurs, de plus de 16 ans, pour les 10,500 km. Les vainqueurs du 15,500 km se sont dits satisfaits du circuit, qu'ils jugeaient bon. Cependant, une erreur d'aiguillage, au ravitaillement de Saint-Lubin, leur a fait perdre 5', à 35' de l'arrivée.

FRANCKY , accompagnait carine pour le 10 bornes et pour y aller nous a fait la route en vélo .A noter la belle place de Christophe Harnois , qui nous revient de plus en plus en forme.

75 coureurs ont pris le départ du 10 bornes :

- 5 ème christophe harnois et 2 ème v1 **BRAVO CHRISTOPHE**
 - 63 ème franck morel en 1h18'6"
 - 62 ème carine morel en 1h18'6"
-

PLOUR'HAN AVEC LE GLAZIG :

Francis Garnier, qui a bouclé les 54 km du Trail Glazig en 4 h 17', dimanche, s'est offert la première manche du challenge Ouest Trail Tour, à Plourhan. Victime d'un mauvais fléchage suite à un acte malveillant peu avant le 30e kilomètre, alors qu'il était en tête, Jonathan Parisé, qui a dû jeter l'éponge, a été désigné co-vainqueur.

C'est un coup d'épée dans le dos pour des centaines de bénévoles qui travaillent dans l'ombre à la réussite d'un tel

événement. Dimanche, les 54 km du Trail Glazig, épreuve phare du week-end et première manche du challenge Ouest Trail Tour, a été entachée par des erreurs de parcours probablement liées à des actes de malveillance. Alors qu'il avait franchi la ligne d'arrivée en premier, Francis Garnier a finalement été désigné co-vainqueur de la course par les organisateurs avec Jonathan Parisé, principale victime du détournement de fléchage au bout de 30 km alors qu'il était en tête avec plus d'une minute d'avance.

voilà première grand messe déjà passée depuis une semaine et déjà on passe à autre chose .néanmoins , donc très belle organisation au millimètre .je n'ai entendu personne sur le parcours se plaindre .un parcours sur le 54 que j'ai trouvé pour ma part plus chaud que celui de moncontour .plus de route que chez nous , et plus casse patte sur le douanier ;plus de bouillon aussi .nous étions quand meme pas mal sur les différentes distances ou l'on se perd un peu !! .bravo donc à tous les bénévoles qui nous font vivre ces bons moments sportifs .merci aussi à notre amis patrick venu nous soutenir .

Trail Glazig Noz découverte 9 km 650 coureurs :

– 283 ème jean-françois lessard en 51'21"

– 503 ème cindy urvoy en 1h03'09"

Trail Glazig Noz Trail 18 km avec 444 coureurs

- 185 dominique cherdo en 1h49'22"
- 395 élodie labat en 2h11'40"
- 403 sophie hinault en 2h12'22"

Trail Glazig Trail 25 km avec 1000 coureurs !! énorme !!

- 69 mickael banner en 2h12'32"
- 281 erwan hellio en 2h35'06"
- 513 aurélie briand en 2h52"
- 706 jean-françois lessard en 3h09'
- 846 fabrice remingol en 3h24'42"

Trail Glazig Course découverte 12 km 560 coureurs

- 6 ème jean-baptiste routier en 54'50"
- 430 cindy urvoy en 1h31'28"
- 465 stéphane labat en 1h34'23"
 - 466 ème émilie barré en 1h34'23"

Trail Glazig Super Trail 54 km pour 772 finishers : [le parcours sur ce lien](#)

un petit clin d'oeil à ludo guillo qui fini 5 ème et qui en plus est parti en fin de peloton ...en 4h26'

- 192 jean-françois valo en 5h56'
- 487 yannick gaudin en 6h53'
- 743 stéphane gainche en 8h26'

abandon pour notre amis jérémy guern ☐

bravo

LA FOLLE NETEI , POTE TRAIL , PLESSALA

<http://t3team.bzh/wp-content/uploads/2017/11/Les-Innocents-Colore.mp3>

HILION LA FOLLE NETEI :

Ils étaient un millier à participer samedi à la nuit tombée, au trail organisé par Entre dunes et bouchots, à Hillion (Côtes-d'Armor). 9 ou 18 km émaillés d'obstacles, à avaler dans la gadoue. Que du plaisir...

oui c'est vrai une des premières courses du coin très populaire ,très bien organisée et très originale de par le parcours,et les obstacles .



LA PETITE NETEI AVEC UN 9 KMS 547 PARTICIPANTS :

- 45 sébastien hermage en 45'06"
- 86 christophe hermage en 56'01"
- 91 antoine guyomard en 55'24"
- 160 j-f lessard en 1h00'02"

LA FOLLE NETEI AVEC UN 18 BORNES POUR 401 PARTICIPANTS

- 12 ème J-B ROUTIER EN 1h24'28" (bravo jb !!)
 - 35 ème mickael banner en 1h30'44"
 - 246 ème aurélie briand en 2h02'53"
 - 374ème jerome duault en 2h23'31"
-

PLESSALA AVEC LE TRAIL DES MOULINS 13KM :

CE MATIN DIMANCHE A PLESSALA UN PETIT 13 BORNES POUR BIEN COMMENCER : UN PEU DE ROUTE , UN PEU DE BOUILLON , PAS DE PLUIE ET PUIS PEUT ETRE DE NOUVELLES RECRUES,,,,,???? PAS DE CHICHI ET , un parcours sans surprise ou nous étions une centaine de coureurs et meme jf lessard avec son chien en canicross .meme que c'est pascal qui disait que allait trop vite mais qui finit 1er T3TEAM !! .et encore une fois le fut de bière a eu chaud ☐

- 13 KM POUR 101 PARTICIPANTS /

- 14 ème pascal clément en 1h04'29"
- 16 ème j-f valo en 1h05'04"
- 22ème christophe harnois en 1h06'26"
- 49 ème j-luc pécheux en 1h13'18"
- 52 ème erwan piccolo en 1h14'35"
- 65 ème jérémy guern en 1h18'19"
- 66 ème aurélie briand en 1h18'19"
- 76 ème stéphane gainche en 1h22'58"
- 84ème j-f lessard en 1h26'25"
- 98ème claude mauguay en 1h42'47"

LES PHOTOS de christèle ménage





LE POTE TRAIL A LA POTERIE :

L'association Sports et découvertes de La Poterie propose, comme son nom l'indique, la découverte de sports aussi méconnus qu'inattendus, dans un esprit où la compétition n'a pas son droit de cité, destiné aux enfants, adolescents et adultes. C'est à l'initiative des sept animateurs en charge des activités du club et à la recherche « **d'un brin de**

folie », que ces trails de nuit ont vu le jour.

Un premier départ aura lieu à 16 h 30 pour une randonnée pédestre de 6 km. À 18 h, départ du circuit de 16 km et à 18 h 30 celui de 10 km.

Les organisateurs indiquent « **80 % de chemins et 20 % de routes, 380 mètres de dénivelés positifs sur les 16 km et 240 mètres sur les 10 km** ». Le retrait des dossards se fera à la salle polyvalente à partir de 15 h 30.

-Sur le 10 bornes nous avons **NATHALIE AMICE** QUI FINIE 153 ème SUR 201 COUREURS EN 1H9'32" .

– SUR LE 16 BORNES NOUS AVIONS J-F LESSARD QUI FINI 142 ème SUR 161 COUREURS EN 1H41'44"

BRAVO A VOUS DEUX

T3TEAM LES MARCHEURS

En ce début d'année 2018 , les activités de marche le dimanche reprennent après donc l'assemblée annuelle ce vendredi soir dernier .un point donc a été fait sur les différentes activités en 2017 et celles à venir en cette nouvelle année .un tournoi de ping pong sera organisé par franck noirot et jean-michel plestan le 10 mars (le matin enfants , et après midi adultes) ,une marche nocturne le 23

février organisée par jocelyne .le pique-nique se fera le dimanche 24 juin , et bien sur notre raid le 9 septembre , avec une marche ce meme jour .

bienvenu aussi à ceux qui arrivent courir ,ou marcher ou au ping pong ,avec nous et ce n'est pas fini pour cette année 2018.encore de belles journées en perspective

MARATHON DE PARIS , ULTRA TRAIL SAMOENS , UT4M , PIERRE LE BIGOT , BERNARD HINAULT

TOUS LES DIMANCHES DONC LES MARCHEURS DIVISES EN DEUX GROUPES SE FONT DES SORTIES , SOIT AUTOUR DE TREDANIEL AU AILLEURS AVEC TOUJOURS EU SEIN DE CEUX-CI UNE CONVIVIALITE COMME IL Y AU NIVEAU DU VELO , VTT , LES COUREURS OU LE PING PONG.

ALORS VIVE LA T3TEAM .JF





ASSEMBLEE GENERALE T3TEAM



VENDREDI SOIR , 19 JANVIER 2018 ,A LA SALLE DE

TREDANIEL ,CE SERA L'ASSEMBLEE GENERALE DE NOTRE ASSOCIATION
, 19 H .

UN POINT SERA FAIT SUR LES DIFFERENTES ACTIVITES PASSEES ET
CELLES A VENIR .

LA DATE DE NOTRE RAID RAID SERA LE DIMANCHE 23 SEPTEMBRE 2018
POUR INFO.

SALUT EN ENCORE BONNE ANNEE .JF

BONNE ANNEE 2018

EN CETTE FIN D'ANNEE 2017 PONCTUEE DE PLEIN DE BELLES COURSES
, DE SOIREEES OU DE SORTIES DANS LA DETENTE ET LA BONNE HUMEUR
AVEC TOUS LES MEMBRES DE NOTRE CLUB OU IL FAIT BON VIVRE ,
SOUHAITONS NOUS A TOUTES ET A TOUS DONC UNE BONNE ANNEE 2018 .

PLEDRAN ,TRAIL ST GILLES , LA MOTTE ,LA CORRIDA DINAN.....

TRAIL DE NOEL A PLEDRAN :

Avec plus de 500 engagés entre les deux épreuves courues, le
trail de Plédran s'est déroulé dans des conditions idéales.
Tous les spectateurs attendaient bien sûr Sylvain Morin en

vainqueur sur le 13 km, une distance pas spécialement appropriée pour ce traileur de défis sur plus de 50 km. Il a d'ailleurs dû s'employer pour sortir de sa foulée le jeune Mathias Fouquet bien décidé à lui mener la vie dure.

Mathias Fouquet à six secondes

Difficile de départager ces deux athlètes talentueux qui manquaient singulièrement de difficultés majeures pour faire la différence, tous deux habitués à la victoire, seulement six secondes d'écart à l'arrivée : « Nous avons quasiment fait toute la course ensemble en s'attaquant mutuellement pour se tester. J'ai finalement profité de la dernière bosse à environ 200 m de l'arrivée pour creuser un tout petit écart qu'il n'a jamais pu combler ». Sylvain Morin signait là sa huitième et dernière victoire de l'année. William Le Clézio complète le podium en maîtrisant ses poursuivants pointés à quelques secondes dans un final physique. Sur le 5 km, Cédric Lorvellec ne laissait à personne le soin d'imprimer la cadence en s'affichant avec beaucoup de détermination au palmarès de cette courte distance en signant le temps de référence à battre lors des futures éditions.

Frédéric Perrantant a bien essayé mais en vain, échouant à 16 secondes.

J'ai relevé juste **SOPHIE HINAULT** qui y participait et qui finie 327^{ème} sur 432 participants en 1h30'.bravo sophie , et aussi **ELODIE LABAT 268 7ME EN 1H25'07"**

TRAIL ST GILLES DU MENE AVEC LA COURSE AUX DAHUS... . :



UN NOM SYMPA POUR UNE COURSE UNE SEMAINE APRES MONCONTOUR POUR CEUX QUI ETAIENT ENCORE EN FORMEAVEC AU PROGRA?E 2 COURSES .UN 8 ET UN 15 BORNES AVEC 100 COUREURS SUR LE 15 BORNES :

- 10 ème stéphane labat en 1h14'07"
- 12 ème christophe guilloux en 1h14'49"
- 39 ème sylvain goubain en 1h25'

LES FOULLEES A LA MOTTE OU 276 COUREURS ETAIENT PRESENTS SUR UN 8.5 KM

Pierrick vallée nous fait 72 ème en 39'45"

LA CORRIDA DINANNAISE LE 29 DECEMBRE AVEC 938 COUREURS POUR UN 10 BORNES

- CORALIE CHEVALIER FINIE 447 EME EN 51'47"

-EMILIE BARRE FINIE 715 EME EN 58'57"

bravo les filles

un grand bravo pour ces derniers
trails 2017 bonnes fetes de fin
d'année jf

MENESTRAIL 2017 ET REPOS AVANT LES FETES !!

[powr-form-builder id=7eb04f70_1512682042634]

UN CHIFFRE 43+2 :C'est le nombre que nous étions à courir cette année !!!! Voici donc je pense un peu la fin de la saison 2017 , qui s'est clôturée avec le magnifique 18ème Ménestrail à Moncontour . Je dis magnifique , de par son organisation , la richesse des parcours , l'enthousiasme de tous les coureurs , le public où chacun était venu voir des coureurs faire "leur" Ménestrail 2017 . Tout était là dans les parcours :des côtes , de la boue , des portions très glissantes , de nouvelles portions très surprenantes, et techniques changeant les habitudes des années précédentes . La plus surprenante à mon goût, cela a été quand on pense être presque arrivé en haut de Moncontour et qu' il faut redescendre à gauche vers l'étang Prioux et refaire tout un nouveau détour technique . Alors merci à CLAUDE SALMON ET TOUS LES BENEVOLES qui nous ont fait vivre un week-end sportif mémorable dans tous les sens du terme .

Dans le club nous étions un grand nombre à courir sur toutes les distances et à marcher aussi bien sûr . Sans oublier les

encouragements , soutiens , applaudissements de ceux qui ne pouvaient pas couriralors merci à Coralie , Patrick , Francky , Azilis , Séverine et tous les autres .

S'en est suivi bien sûr, le traditionnel repas de fin d'année à Trédaniel , suivi d'un after pour ceux qui avaient encore du jus !!. 130 participants y étaient présents et cela montre bien le dynamisme de notre association.

QUEST FRANCE :

La 18e page de cet événement s'est tournée ce week-end dans la commune. Émotions garanties pour les amateurs de sensations fortes, de jour comme de nuit.

Pour sa 18e édition, le Menestrail a déroulé un week-end de courses bien réglées, pour tous les goûts et toutes les envies. De la Crapahute de 12 km, au Grand défi de 87 km, sur les deux jours, assaisonnées d'ingrédients locaux et portées par 150 bénévoles, la programmation sportive se voulait intense. Chaque année, toujours plus de participants et des parcours exceptionnels sur les hauteurs.

Les femmes à l'honneur

« On constate sur la plupart des trails, un manque de médiatisation et d'intérêt pour la course féminine, une méconnaissance des élites, des arrivées parfois dans l'anonymat. En proposant un départ décalé sur le Grand Menestrail, on met en valeur le peloton féminin, en rendant plus intéressant le suivi de course. Les féminines passent alors en tête sur les premiers points de contrôle. »

Les amateurs de sensations fortes ont pu s'essayer aux deux défis de 34 ou 87 km, sur deux jours de course. Les enfants avaient également leur moment privilégié avec le « ministrail » gratuit, de 1 à 4 km selon l'âge. Vers Hénon pour admirer les châteaux alentour ou vers le Mont Bel Air pour découvrir la Baie d'Yffiniac vue d'en haut, des ballades de 12 km pour

les marcheurs ont permis de croiser les trailers en compétition. Une édition réussie qui en promet de nouvelles, et une ultime étape du Ouest trail tour qui offre un dénouement haut en couleurs.

[PHOTOS VRAC STEPHANE GAINCHE](#)

[PHOTOS JF](#)

[VIDEO DU 22 BORNES](#)

[VIDEO MONTAGE DU WEEK-END vimeo](#)

[RESULTATS MENESTRAIL T3TEAM 2017 :](#)

LA CRAPAHUTE AVEC **563** coureurs AU DEPART :12 BORNES

– 14 emesébastien en 1h06'57"

- 46 ème mickael banner en 1h14'25" PETIT DEFI
- 97 ème erwan hellio en 1h20'14" PETIT DEFI
- 135ème hervé rissel en 1h23'48" PETIT DEFI
- 215 ème yann mancheron en 1h131'16" PETIT DEFI
- 243 ème bernard guérin en 1h34'01"
- 297 ème j-f lessard en 1h38'31" PETIT DEFI
- 357 ème élodie labat en 1h45'15"
- 367 ème véronique valo en 1h46'22" PETIT DEFI
- 369 ème sophie hinault en 1h46'26
- 383 ème lucie coussin en 1h46'41"
- 427ème cindy urvoy en 1h52'26"
- 433 ème charlène rio en 1h53'03"
- 444 ème sébastien le cocguen 1h55'36" PETIT DEFI
- 445 ème richard gaudin en 1h55'36" EN CATEGORIE V5 ET
DONC PODIUM RICHARD !!!!! BRAVO ☐ ☐

- 474 ème carine morel en 1h59'56 BRAVO LES FILLES\$\$\$\$!!!!!!! ☐
- 480ème emilie barré en 2h01'51"
- 498 ème mélinda pécheux en 2h05'
- 507 mathilde guyomard en 2h07'29"
- 529 ème françoise pécheux en 2h14'29"
- 541 ème fabienne le goff en 2h17'33"
- 542 isabelle revel en 2h17'33"

LE MENESTRAIL (555 coureurs) 22BORNES

- 20 ème j-baptiste routier en 2h02'36"
 - 34 ème stéphane labat en 2h11'05"
- 59 ème mickael banner en 2h17'03" PETIT DEFI
 - christophe harnois en 2h31'03"
- 188 ème hervé rissel en 2h37'09" PETIT DEFI
- 215 ème erwan hellio en 2h39'56" PETIT DEFI
- 241 ème philippe pécheux en 2h43'
- 243 ème dominique cherdo en 2h43'11"
- 279 ème christophe hermange en 2h45'39"
- 398 ème yann mancheron en 3h02'10" PETIT DEFI
 - 417 ème maud defin en 3h17'11"
 - 469 aidée marquet en 3h14'
 - 472 ème david hellio en 3h14'05"
 - 489 fabrice remingol en 3h16'24"
 - 504 véronique valo en 3h18' PETIT DEFI
 - 523 j-françois lessard en 3h24'25" PETIT DEFI
 - 526 ème sébastien le cocguen en 3h28'11" PETIT DEFI

LA CAMBROUSSE 33 BORNES AVEC 637 COUREURS ;

- 85 ème pierrick vallée en 3h40'11" GRAND DEFI
- 91 ème pierre litalien en 3h42'36"
- 94 ème guillaume briend en 3h43'21"
- 98 ème pascal clément en 3h45'11" GRAND DEFI
- 115 ème j-f valo en 3h50'05" GRAND DEFI abandon
 - 137 jean-luc pecheux 3h54'25"
- 159 ème prisca EHRHARDT en 3h57'39"
- 230 jean-michel urvoyen 4h10'12"
- 266 ème bertrand cardinal en 4h15'02"
- 267 ème stéphane sauvé en 4h15'02"
 - 455 ème sébastien hermange en 4h44'51"

LE GRAND MENESTRAIL 54 BORNES

- 30 ème christophe guilloux en 5h42'
- 193 ème pierrick vallée en 6h52' GRAND DEFI
- 194 ème pascal clément en 6h52' GRAND DEFI
- 208 ème melven barbé en 6h53'
- 329 ème christophe faligon en 7h23'
- 334 ème david bertrand en 7h24'
- 531 ème jérémy guern en 8h11'
- 556 ème spéthane gainche en 8h18'

.....ET ABANDON POUR JF VALO EN ERWAN PICOLO ET CRISTELE VETIL □ □ □ □ →

REPOSEZ VOUS BIEN ET N'OUBLIONS PAS QU'IL N'Y A PAS QUE LA COURSE A PIED ALORS PROFITEZ DE CE MOIS DE DECEMBRESALUT

